**ПАМЯТКА «ТРАВМАТИЗМ В УСЛОВИЯХ ЛЕТНЕГО ОТДЫХА»**

**До настоящего времени, к сожалению, сохраняется высокий уровень травматизма во время летнего отдыха, приводящего не только к серьезным увечьям, но нередко и к гибели среди взрослого и детского населения.**

* Количество травм в летний период возрастает почти вдвое у детей и на 30% у взрослых.
* Наиболее частыми причинами травм в летнее время являются: неосторожное использование электро- и бензоинструментов при котором пострадавшие получают резаные, рубленые раны, падение с лестниц и стремянок, укусы животных, падение с различных средств передвижения.
* Чаще всего врачи диагностируют у пациентов травмы области голеностопного сустава и стопы, запястья и кисти, колена и голени.

Знание основ профилактических мероприятий во время летнего отдыха

способно предотвратить тяжелую инвалидность и смертельный исход

связанный с травмой у детей и взрослых. Граждане должны знать и

следовать правилам безопасной жизнедеятельности во время нахождения в

парковых зонах, вблизи водоемов, на даче. Родители обязаны прививать

детям навыки безопасной жизнедеятельности, объяснять и проводить

профилактические мероприятия, направленные на профилактику детского

травматизма.

Принципы безопасного отдыха вблизи водоемов

• Купайтесь только во время открытия купального сезона, в подходящих

погодных условиях

• Перед выбором места убедитесь, что купание в нем разрешено

• Старайтесь подбирать места для купания, на которых дежурит

спасательная бригада

• Во время купания убедитесь, что температура воды приемлема

• Дети обязательно осуществляют купание исключительно в присутствии взрослых

• Не осуществляйте купание в состоянии опьянения

Принципы безопасного нахождения в парковой зоне

• Перед выходом проверяйте прогноз погоды, чтобы подобрать правильную

одежду и дополнительное снаряжение в случае высокой температуры или

дождя

• Заранее продумывайте маршрут для профилактики падения с обрыва и

т.д.

• При прогулках в ночное время суток старайтесь гулять по освещённым

участкам местности или используйте фонарь

• Не взаимодействуйте с дикими животными

• Берите с собой бинт и антисептик на случай появления раны

Правила безопасного нахождения на загородных участках и дачах

• При передвижении по дорогам и вблизи них соблюдайте правила

дорожного движения

• Используйте электрические и бензоинструменты с крайней

осторожностью, заранее надев средства защиты (защитный экран,

перчатки и т.д.)

• Передвигайтесь осмотрительно, всегда анализируя обстановку вокруг на

предмет работы инструментов и приборов поблизости, а также других

источников опасности

• С осторожностью взаимодействуйте с крупными домашними животными

(коровы, лошади и т.д.)

• Не взаимодействуйте с дикими животными

• Предварительно узнайте адреса ближайших пунктов медицинской

помощи в вашей местности

**В настоящей памятке представлены основные принципы**

**профилактики травматизма во время периода летнего отдыха.**

**Следование этим простым правилам позволит значительно снизить**

**долю пострадавшего детского и взрослого населения во время летних**

**каникул и отпусков**